

DILLUNS

Menú supervisat per Laia Navarro (col·legiada CAT-000031), diplomada en Nutrició i Dietètica Humana.

Els menús poden ser modificats sense previ avís, en funció de les necessitats.

Prioritzem el consum de fruita i verdura de temporada i de proximitat.

Fem servir oli d'oliva per cuinar i amanir.

ECO*: plat ecològic

DIMARTS

DIMECRES

DIJOUS

DIVENDRES

5 **Crema de pastanaga amb oli d'oliva**

Espaguetis integrals ECO a la bolonyesa vegetal amb tonyina

Fruita del temps

6 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Seitons al forn amb pastanaga i olives

Fruita del temps

7 Sopa de peix de Llotja

Llom arrebossat a la planxa amb cogombre

Fruita del temps

8 **Puré de patates**

Truita francesa ECO amb tomàquet amanit

logurt ECO

9 Arròs integral ECO amb sofregit de tomàquet

Gall dindi al forn amb xampinyons

Fruita del temps

12 **FESTIU**

13 Macarrons integrals ECO saltat amb verdures de la temporada

Pollastre arrebossat amb blat de moro i olives

Fruita del temps

14 Verdura tricolor amb mongeta tendra, patata, pastanaga i oli d'oliva

Estofat de vedella ECO amb salsa

Fruita del temps

15 Arròs saltat amb xampinyons

Lluç al forn amb ceba i pastanaga

Fruita del temps

16 **Crema de verdures amb oli d'oliva**

Pit de pollastre a la planxa amb cogombre i magrana

logurt ECO

19 Espirals integrals ECO amb herbes provençals

Salmó al forn amb salsa d'espínacs

Fruita del temps

20 Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva

Truita ECO de patates i carbassó amb tomàquets xerris

logurt ECO

21 **Crema de carbassa amb oli d'oliva**

Pollastre a l'allet al forn amb xampinyons

Fruita del temps

22 **Puré de patates**

Vedella arrebossada ECO amb cogombre i magrana

Fruita del temps

23 Amanida variada

Arròs a la cassola amb peix de llotja, carn magre (sense pèsols)

Fruita del temps

26 **Mongeta tendra amb patata i oli d'oliva**

Truita ECO a la francesa amb cogombre i olives

logurt ECO

27 **Gratinat de patata i pastanaga**

Espaguetis integrals ECO a la bolonyesa vegetal amb tonyina

Fruita del temps

28 Arròs amb salsa de verdures de temporada

Contracuixa de pollastre al curri amb magrana i enciam

Fruita del temps

29 Sopa d'au amb pistons

Bacallà arrebossat amb blat de moro i tomàquet

Fruita del temps

30 Crema de verdures amb oli d'oliva

Vedella estofada ECO amb xampinyons

Fruita del temps

